**שומרים על בריאות השיניים**

**⏴ במבט חדש לכיתה ב**

**היקף יחידת הלימוד:** שעור

**עמודים:** 53 - 56

# מטרות

* התלמידים יתארו את ההתנהגויות הרצויות לתחזוקה בריאה של שיניים וחניכיים.
* התלמידים יסיקו מסקנות לגבי תחזוקת השיניים שלהם ויחליטו אילו שינויים בהתנהגות עליהם לעשות כדי לשפר את בריאות שלהם.
* התלמידים יסבירו שכדי לשמור על שיניים בריאות, עליהם לצחצח שיניים נכון כדי למנוע התרבות חיידקים שגורמים למחלות שיניים וחניכיים.

**הערכות לשיעור**

* מומלץ לקרוא ב[קישור הבא](https://mabat.tau.ac.il/%d7%a1%d7%91%d7%99%d7%91%d7%95%d7%aa-%d7%9c%d7%9e%d7%99%d7%93%d7%94/%d7%9b%d7%99%d7%aa%d7%94-%d7%91/%d7%93%d7%91%d7%a8%d7%99-%d7%a8%d7%a7%d7%a2-%d7%9b%d7%99%d7%aa%d7%94-%d7%91/%d7%a8%d7%a7%d7%a2-%d7%9e%d7%93%d7%a2%d7%99-%d7%94%d7%a9%d7%99%d7%a0%d7%99%d7%99%d7%9d-%d7%a9%d7%9c%d7%a0%d7%95/) את הרקע התיאורטי המדעי לנושאים שבפרק השני.  
  שימו לב! הרקע התיאורטי מדעי שמופיע באתר במבט חדש נועד לסייע לביסוס ולהעמקת הידע המדעי והטכנולוגי של המורים בלבד.
* מומלץ לקרוא את ההבהרות מתודיות כלליות המתייחסות לנושאי הלימוד במדריך למורה,   
  עמודים 65 - 66.
* מומלץ לקרוא את ההבהרות מתודיות המתייחסות לנושאי הלימוד במדריך למורה, עמוד 75.

**מהלך השיעור (ראו בעמודים הבאים).**

# מהלך השיעור: שומרים על בריאות השיניים

| **מרכיבי מעגל הלמידה** | **פעילויות** |
| --- | --- |
| פתיחה | יחידה זו עוסקת באימוץ התנהגויות רצויות לתחזוקה מיטבית ובריאה של השיניים. היחידה מתמקדת בצחצוח נכון ויעיל של השיניים.  פותחים דיון עם השאלות הבאות:   * כיצד נשמור על בריאות השיניים והחניכיים? (מצחצחים את השיניים, נמנעים ממזון מתוק וממתקים). * כיצד אתם שומרים על בריאות השיניים והחניכיים? * למה אתם עושים את הפעולות האלה? (להרחיק חיידקים).   מוצע לפתוח את השיעור בשיחה שבה יתבקשו התלמידים לומר כיצד אפשר לשמור על בריאות השיניים והחניכיים.  קוראים במליאת הכיתה את קטע המידע, **להיות בריאים**, עמוד 53 וממשיכים בדיון בעזרת השאלות שבתבנית **שיח** בעמוד 53:   * אם נרחיק את שאריות המזון מהפה- מי לא יתרבו בתוך הפה?(חיידקים) * אם החיידקים לא יתרבו- כיצד זה ישפיע על בריאות השיניים?(שיניים בריאות ללא עששת וללא חורים בשיניים וללא דלקות חניכיים). * אם השיניים תהיינה בריאות כיצד זה ישפיע עליכם?( נרגיש טוב, לא יכאבו לנו השיניים, נוכל לחייך בפה מלא). * מומלץ להיכנס לאתר [**במבט מקוון**](https://mabatmekuvan.ramot.org/ramot-heb), לספר הדיגיטלי לסרטון **שמירת הפה והשיניים,** עמוד 54. |
| התנסות | * מומלץ להיכנס לאתר [**במבט מקוון**](https://mabatmekuvan.ramot.org/ramot-heb), לספר הדיגיטלי לפעילות **שומרים על השיניים והחניכיים,** עמוד 55.   עונים על שאלות 1-3 במשימה **שומרים על בריאות השיניים,** עמודים 54 - 55.  במשימה מפגישים את הילדים עם כללים שונים לשמירה על בריאות השיניים, והתלמידים מתבקשים לציין אילו מהכללים הם ממלאים ואלו לא. |
| המשגה | מסכמים במליאת הכיתה.  עונים על שאלה 4 במשימה **שומרים על בריאות השיניים**, 54 – 55.  בשאלה 4 הם עוקבים ומסיקים על שגרת תחזוקת השיניים וההתנהגות שלהם לשמירה על בריאות השיניים וכותבים מהו השינוי שהם צריכים לערוך כדי לשמור על השיניים והחניכיים שלהם ובכלל.  מוצע לתעד בטבלה את התיעוד של תחזוקת השיניים ומתוך התיעוד להסיק מסקנות. |
| יישום | עונים על המשימה **כיצד נכון לצחצח שיניים?,** עמוד 56 .  המשימה מתמקדת בפעולת צחצוח השיניים והערכת פעולת צחצוח השיניים באופן אישי. במשימה הלומדים לומדים באמצעות סדרה של איורים המתארים כיצד יש לנקות את השיניים ואת החניכיים. הם בודקים האם הם מנקים את השיניים נכון ומה הם צריכים לשפר. מוצע לעודד את התלמידים להביא לכיתה מברשת שיניים תקנית ולתרגל איתם ניקוי שיניים וחניכיים, לפי האיורים שמופיעים בספר הלימוד ובעזרת מראה. תוך כדי תרגול, שמומלץ לבצעו בצורה יבשה ללא משחה וללא מים, יש להדגיש את המושגים: שיניים קדמיות, שיניים אחוריות, מלפנים, בצדדים, בין הרווחים.   * מומלץ להיכנס לאתר [**במבט מקוון**](https://mabatmekuvan.ramot.org/ramot-heb) (למנויים), למשימה **שיניים בריאות**. המשימה עוסקת בהתנהגות נכונה לשמירה על שיניים וחניכיים בריאות. התלמידים מנתחים תוצאות סקר על הרגלי אכילת שוקולד ומקבלים משוב, ובעקבות כך מסיקים מסקנות על ההרגלים.   אפשר סכם ביצירת כרזה/שיר/המחזה של הכללים לצחצוח נכון של השיניים. |
| סיכוםורפלקציה | מדוע חשוב לשמור על השיניים והחניכיים?  איזה דבר חדש וחשוב למדתי בשיעור הזה? |